

## Research Paper

# An Analysis of Existential Concepts and Defense Mechanisms Against Death Anxiety in Two Psychological Novels: Old Age and Anatomy of Depression

Kheirolnesa Vatanpour Azqandi<sup>1\*</sup>, Reza Sattari<sup>2</sup>, Masoomah Mahmoodi<sup>3</sup>, Hossein Hasanpour Alashti<sup>4</sup>

<sup>1</sup> PhD Student, Faculty of Literature and Foreign Languages, University of Mazandaran, Iran.

<sup>2</sup> Associate Professor, Faculty of Literature and Foreign Languages, University of Mazandaran, Iran.

<sup>3</sup> Assistant Professor, Persian Language and Literature, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran.

<sup>4</sup> Associate Professor, Faculty of Literature and Foreign Languages, Mazandaran, Iran.



10.22080/lpr.2025.28891.1089

**Received:**

March 25, 2025

**Accepted:**

July 12, 2025

**Available online:**

September 06, 2025

**Keywords:**

Existential  
Psychotherapy,  
Existential Concerns,  
Death and Death  
Contemplation,  
Contemporary Novel,  
Asghar Elahi, Mohammad  
Tolouei

## Abstract

Death and the anxiety stemming from death awareness have long troubled the human soul. Existentialism, as a philosophical perspective, seeks to teach individuals how to confront and accept existential concerns and reduce the anxiety they feel—particularly regarding death. Within existential psychotherapy's phenomenological approach, the novel and its descriptive structure hold significant value, with many existential philosophers employing this method to convey their ideas. The present study examines two psychological novels through the lens of existential concerns and defense mechanisms. Using qualitative content analysis, the authors aim to reveal how each work's creator represents existential themes from differing viewpoints. The findings indicate that in the novel *Salmargi*, the primary existential elements are death contemplation, anxiety, and fear triggered by the encounter with mortality. In contrast, *The Anatomy of Depression* emphasizes anxiety surrounding death, the freedom of choice, and nihilism. Shared features in both texts include a strong belief in prophecy, religious convictions, dream interpretation, and superstition—all of which reflect defense mechanisms against death-related fear and anxiety. It appears that understanding existential concerns and the defense mechanisms explored in existential psychotherapy can enhance readers' comprehension of the fictional characters' behavior, facilitating deeper insight into human nature and action.

**\*Corresponding Author:** Kheirolnesa Vatanpour Azqandi

**Address:** PhD Student, Faculty of Literature and Foreign Languages, University of Mazandaran, Iran.

**Email:** [kh.vatanpour@gmail.com](mailto:kh.vatanpour@gmail.com)

## Extended Abstract

### 1. Introduction

The present study conducts a comparative examination of existentialist concepts and psychological defense mechanisms in two contemporary Persian novels, *Salamragi* by Asghar Elahi and *Anatomy of Depression* by Mohammad Tolouei. The research aims to analyze how existential concerns of human beings and the psychological reactions of fictional characters are represented when confronting death, freedom, absurdity, and loneliness. This analysis is grounded in the principles of existential psychology and the teachings of philosophers in this field. The study applies qualitative content analysis supported by a library-based research approach.

### 2. Purpose, Literature Review, and Method

Contemplation of death and the anxiety arising from awareness of mortality constitute the most fundamental human anxiety. This topic has perpetually occupied the human mind and psyche, and religions, philosophical schools, and psychotherapists have endeavored to offer solutions to lessen the anxiety that is provoked by death. Existential psychotherapy, which is based on philosophical teachings such as existentialism and works by philosophers like Yalom, Sartre, and Kierkegaard, focuses on teaching acceptance and proper confrontation with existential concerns as a means to reduce anxiety, particularly surrounding death. It appears that narrative literature's engagement with existentialist themes—especially in novel form, which emphasizes psychological complexity and critical life

decisions—holds significant potential for phenomenological analysis of human actions.

The theoretical core of this study considers four fundamental existentialist components—death, freedom, absurdity, and loneliness—as the basis of existential psychotherapy. Awareness of death leads to pervasive anxiety, prompting humans to seek refuge in beliefs such as immortality of the soul, procreation, artistic creation, religious adherence, and symbolic meanings. According to Yalom's viewpoint, two main defense mechanisms against death anxiety are “denial” (exceptionalizing oneself as exempt from death) and hope in an “ultimate savior” (finding an external source of security and meaning). Additionally, human choices and freedoms place heavy and unavoidable responsibilities on individuals' shoulders, and each person must determine their own life path and attitude toward death. This situation creates grounds for anxiety, dread, absurdity, and existential loneliness—the most fundamental human concern. Any effort to create meaning in life and confront absurdity requires acceptance of this existential responsibility.

### 3. Discussion

The analysis of the novels is conducted in line with these existential pillars. *Saalmargi* centers on the lives and deaths of three generations, emphasizing the characters' overt anxiety when confronting death, including the deaths of a narrator's mother and father, the martyrdom of a child (Siavash), suicide, and even sacrificing a child. In response to existential anxiety, characters rely on psychological defenses such as belief in prophecy, dream interpretation, religious

convictions, and magical thinking—rooted in Iranian oral traditions—as well as artistic expression (writing, painting, filmmaking). Notably, Iranian cultural elements—such as references to Imam Hussein, mythological and religious figures (like Khidr and Adam), mourning rituals, and the notion of immortality through offspring or memory—are deeply embedded in the characters' behaviors and inner worlds. The confrontation with the death of loved ones triggers intense existential anxiety, psychological disturbances (including madness, hallucinations, and suicidal ideation), and a persistent quest for existential meaning.

Anatomy of Depression revolves around death anxiety, freedom of choice, and absurdity. The main characters—Esfandiar, Mehran, and Pari—face crises of identity, migration, emotional breakdowns, neuroses, and the search for meaning. Each tries to transcend existential loneliness in distinct ways. Esfandiar's desire to migrate, yearning for freedom, repeated political and personal failures, revelations, and eventual return to Iran to die reflect the overwhelming presence of absurdity in modern life. Mehran's failed romantic pursuits and Pari's search for love and meaning reinforce this theme. Their defense mechanisms vary: Esfandiar embodies denial through heroism and exemption, ultimately leading to psychological collapse; Mehran clings to the "ultimate savior," following the loss of his father, he leans on a close friend, later replaces that figure, and continually seeks new relationships to fill his existential void.

Both novels depict writing and art as therapeutic responses to anxiety and absurdity. In Saalmargi, the narrator writes to overcome death anxiety. In

Anatomy of Depression, characters use note-writing and fridge-memo journaling to externalize emotions and preserve personal identity. Travel—whether physical migration or mental journey—symbolizes a search for freedom and escape, yet ultimately leads to self-confrontation and acceptance of responsibility.

Another key point is the different approaches to the concept of freedom in each novel. In Saalmargi, freedom is portrayed in socio-political terms—such as student activism and the pursuit of liberty—and in personal dimensions, including emigration, elective abortion, and the choice of living environment. These expressions of freedom are largely portrayed as difficult decisions that entail the acceptance of responsibility. In contrast, Anatomy of Depression presents freedom more as a tension between predestined fate and individual agency. Esfandiar, who actively chooses his path over many years, ultimately becomes trapped in neurosis and a sense of personal failure.

#### 4. Conclusion

Loneliness as existential distress permeates both works. In Saalmargi, it takes a philosophical form—seen in Adam's solitude, the narrator's anxiety, and the fragility of emotional bonds. In Anatomy of Depression, urban alienation and fragile relationships intensify social and psychological isolation. According to Yalom and Fromm, loneliness is an inevitable and intrinsic aspect of human maturity. The characters in both novels respond to this condition—either by embracing it or by attempting to escape

from it—through innovative psychological and behavioral strategies.

Ultimately, both novels vividly portray characters' confrontations with death, absurdity, freedom, and loneliness, and their strategies for meaning-making, from denial and the hope of an ultimate rescuer to reliance on religious beliefs, superstition, creativity, and memory-writing. Saalmargi emphasizes cultural

heritage and collective rituals, while *Anatomy of Depression* leans into individualism and pragmatic meaning-making. The study concludes that a phenomenological-existential approach enables a deeper understanding of human existential concerns in contemporary Persian literature and reveals how art and narrative serve as vessels for processing profound psychological distress.

علمی

# واکاوی مفاهیم وجودی و سازوکارهای دفاعی در برابر اضطراب مرگ در دو رمان روان‌شناختی سالمرگی و آناتومی افسردگی

خیرالنسا وطن پور ازغندی<sup>۱\*</sup>، رضا ستاری<sup>۲</sup>، معصومه محمودی<sup>۳</sup>، حسین حسن پور آلاشتی<sup>۴</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری، دانشکده ادبیات و زبان‌های خارجی، دانشگاه مازندران.

<sup>۲</sup> دانشیار، دانشکده ادبیات و زبان‌های خارجی، دانشگاه مازندران.

<sup>۳</sup> استادیار، زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران.

<sup>۴</sup> دانشیار، دانشکده ادبیات و زبان‌های خارجی، مازندران، ایران.

doi 10.22080/lpr.2025.28891.1089

## چکیده

مرگ و اضطراب برآمده از مرگ آگاهی، از دیرباز، خارخار جان آدمی بوده است. اگزیستانسیال داندشی است که می‌کوشد مواجهه‌ی درست و پذیرش دغدغه‌های وجودی را به مراجعان بیاموزد و اضطراب آن‌ها را به‌ویژه در برابر مرگ کاهش دهد. رمان و ساختار توصیفی آن می‌تواند در رویکرد پدیدارشناختی موجود در این مکتب روانکاوی قابل‌توجه باشد. در این مقاله دو رمان روان‌شناختی از دهه‌های هشتاد و نود ادبیات معاصر ایران، از نظر دغدغه‌های وجودی و سازوکارهای دفاعی بررسی شده است و نویسندگان به‌شیوه‌ی تحلیل محتوای کیفی کوشیده‌اند تا در این جستجو تفاوت نگاه پدیدآورندگان این آثار را در حوزه‌ی مسائل وجودی بازتابی کنند. نتایج نشان می‌دهد از میان مؤلفه‌های اگزیستانسیال در داستان سالمرگی، بیشتر به مرگ‌اندیشی و اضطراب، و ترس ناشی از مواجهه با آن توجه شده است و در داستان آناتومی افسردگی، دغدغه‌ی اضطراب مواجهه با مرگ، آزادی انتخاب و پوچی بیشترین نمود را داشته است. از وجوه اشتراک هر دو متن، اعتقاد شدید به پیش‌گویی، باورهای مذهبی، تعبیر خواب و بدقدمی است که درواقع انعکاسی از مکانیسم‌های دفاعی در برابر ترس و اضطراب ناشی از مرگ هستند. به نظر می‌رسد در خوانش این آثار، آشنایی با دغدغه‌های مهم وجودی و آگاهی از مکانیسم‌های دفاعی که در روان‌درمانی اگزیستانسیال موردتوجه است، به درک بهتر رفتار شخصیت‌های داستانی کمک می‌کند و شناخت آدمی و درک کنش‌های او را ممکن‌تر می‌سازد.

تاریخ دریافت:

۵ فروردین ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش:

۲۱ تیر ۱۴۰۴

تاریخ انتشار:

۱۵ شهریور ۱۴۰۴

کلیدواژه‌ها:

روان‌درمانی اگزیستانسیال،  
دغدغه‌های وجودی، مرگ و  
مرگ‌اندیشی، رمان معاصر،  
اصغر الهی، محمد طلوعی

\* نویسنده مسئول: خیرالنسا وطن پور ازغندی

آدرس: دانشجوی دکتری، دانشکده ادبیات و زبان‌های خارجی،

دانشگاه مازندران.

ایمیل: [kh.vatanpour@gmail.com](mailto:kh.vatanpour@gmail.com)

## ۱ مقدمه

اندیشیدن به مرگ و آنچه بدان مربوط است، آن را در جایگاه اصلی‌ترین دغدغه‌های آدمی نشانده و اضطراب ناشی از آن زندگی ما را تحت‌تأثیر خود قرار داده است. ادیان، مکاتب فکری و نحله‌های فلسفی گوناگون کم‌وبیش راهکارها و شگردهایی را برای رفع و دفع این اضطراب پیش پای بشر فانی قرار داده‌اند. برای مثال، اعتقاد به ابدیت روح، از اعصار کهن تاکنون یکی از راه‌های فرونشاندن این اضطراب است: «ایده‌ی تکاملی شتافتن روح به نزد خدا درحقیقت تلفیق دو ایده‌ی زندگی در زیر خاک و جهان تاریکی و ایده‌ی روح، زندگی روح به نیابت از انسان است؛ به این صورت که جسم خاک می‌شود، اما روح به نزد خداوند بازمی‌گردد» (رضایی، ۱۳۹۶: ۱۷۹). یالوم هر نوع گرایش دینی را برانگیخته‌ی اضطراب بنیادین مرگ می‌داند (زاده محمدی، ۱۳۹۷: ۲۷). نمود اضطراب در میان کسانی که اعتقادی به دنیای دیگر ندارند نیز به‌صورت پوچی یا ترس از تنهایی و دل‌زدگی بروز پیدا می‌کند.

## ۱/۱ بیان مسئله

یکی از مکاتب فلسفی که به مرگ و اضطراب ناشی از آن توجه ویژه‌ای دارد، مکتب اگزیستانسیالیسم (اصالت وجود) است. این مکتب به موقعیت انسان در هستی و «دلهره‌ها، انتخاب‌ها، امکانات و محدودیت‌هایش» (یالوم، ۱۴۰۰: ۳۳) می‌پردازد. «در فلسفه‌ی وجودی انسان همان چیزی است که خود می‌خواهد، اما در اینکه چگونه می‌توان به آرامش و خشنودی درونی رسید، در میان اندیشمندان دو شاخه‌ی اگزیستانسیالیسم اختلاف‌نظر وجود دارد» (محمودی، ۱۳۹۷: ۳۲). «فیلسوفانی مانند کیرکگور (Kierkegaard) به وجود خدا به‌عنوان معنادهنده به زندگی انسان و نجات او از اضطراب معتقدند» (بابایی، ۱۳۸۶: ۶۵۷) و می‌گویند انسان با دستورها و راهنمایی‌هایی که از هستی‌بخش می‌گیرد، جهان خود را می‌سازد. گروه دیگر تنها به اصالت بشر

معتقدند که «انسان خود بار دلهره‌ی خویش را بر دوش می‌کشد» (سارتر، ۱۳۸۰: ۳۴). از نظر این‌ها اصولاً بشر همان "دلهره" (سارتر، ۱۳۸۰: ۳۴) است. در دیدگاه این فیلسوفان، بشر تنهاست و خود باید برای نحوه‌ی زندگی یا مرگ تصمیم بگیرد، از این‌رو انسان مدام دلهره‌ی انتخاب‌های متعدد خویش را دارد؛ او باور دارد که «من در جهان تنها هستم، خود این جهان چیزی نیست جز ایده‌ی وحدت تمام ابژه‌ها (سوژه‌ها) و شیء چیزی نیست، جز وحدت ادراک من از شیء» (رشیدیان، ۱۳۷۵: ۴۰). با این نگاه، جهان هر شخص منحصر به شخص وی خواهد بود و او در جهان خود تنهاست. تنهایی در جهان به معنای این است که مسئولیت تصمیم انسان برای مواجهه با دنیا فقط و فقط برعهده‌ی شخص اوست. هایدگر، از تأثیرگذارترین فیلسوفان وجودی، معتقد است: «انسان به هستی پرتاب می‌شود» (احمدی، ۱۳۸۲: ۳۰۸). در دیدگاه اگزیستانسیالیستی سارتر «انسان ابتدا "هیچ" است و سپس چیزی می‌شود» (سارتر به نقل از رحیمی، ۱۳۸۰: ۶۱). او از طریق انتخاب‌هایش چیزی می‌شود و برای خویش و اطراف خویش دنیایی می‌سازد، آنگاه به سؤال "من کیستم؟" که پرسش اساسی فلسفه‌ی وجودی است (وجدانی، ۱۳۹۵: ۹) پاسخ می‌دهد. این سخن به این معنی است که انسان با هر انتخاب نه‌تنها بر خود که بر جهان خود تأثیر می‌گذارد. ویلیام گلاسر (William Glasser) انتخاب را آزادی می‌خواند (گلاسر، ۱۳۸۲: ۱۴). در این دیدگاه، انسان آزاد انسانی است که بتواند مختارانه انتخاب کند و آگاهانه مسئولیت انتخاب‌های خودش را بپذیرد.

مهم‌ترین موضوعات و مؤلفه‌های اگزیستانسیالیسم وجودی عبارتند از: اصالت وجود انسان، مرگ‌اندیشی، جاودانگی، در زمان زیستن، مسئولیت، آزادی، انتخاب، دلهره و نگرانی، پوچی و گنه‌کاری، اراده و تصمیم، ناامیدی و... در این مکتب، انسان، بودن و شدنش بسیار اهمیت دارد. تمامی اندیشه‌ی این مکتب انسان و وجود انسان است. با آنکه فیلسوفان متفاوت این مکتب گرایش‌های

محمدی، ۱۳۹۷: ۱۸). هنگامی که انسان در موقعیت مرزی مواجهه با مرگ قرار بگیرد، جهان چنان که هست خود را به او نشان می‌دهد و انسان به شناخت تازه‌ای از خود و جهان می‌رسد. در این رویارویی، انسان پی می‌برد که زندگی سرانجام به پایان می‌رسد و وی ناگزیر است که با مرگ خود در دنیا به تنهایی مواجه شود. این تجربه باعث می‌شود انسان با نگرشی عمیق‌تر و با آگاهی به اطراف خود بنگرد و دنیای ذهنی خویش را آگاهانه بسازد. مرگ‌آگاهی باعث می‌شود انسان نسبت به زندگی تغییر دیدگاه بدهد و به تعبیر یالوم «از مرتبه‌ی شگفتی در شیوه‌ی وجود چیزها به شگفتی در چیزها» (یالوم، ۱۴۰۰: ۲۳۲) ارتقا یابد.

## ۱٫۲ پرسش‌های پژوهش

پژوهش حاضر با هدف بررسی پدیدارشناسانه‌ی اگزیستانسیال مرگ و دغدغه‌های وجودی در رمان‌های سالمرگی و آناتومی افسردگی و جستجو در چون و چرایی انواع مرگ در این رمان‌ها به انجام رسیده است و در پی پاسخ دادن به این پرسش‌ها است:

- ۱- مهم‌ترین مؤلفه‌ها و درون‌مایه‌های اصلی این رمان‌ها از منظر «روان‌شناسی وجودگرا» کدام‌اند؟
- ۲- بین دیدگاه رمان‌نویسان ایرانی دهه‌ی هشتاد و دهه‌ی نود در مورد مرگ و دغدغه‌های وجودی چه تفاوتی وجود دارد؟
- ۳- شخصیت‌های رمان‌های مذکور در رویارویی با دغدغه‌های وجودی، چه سمت‌وسویی را برمی‌گزینند؟

## ۱٫۳ روش پژوهش

این پژوهش توصیفی تحلیلی، بر مبنای مطالعات کتابخانه‌ای به واکاوی مفاهیم وجودی و سازوکارهای دفاعی در برابر اضطراب مرگ با تکیه بر کتاب روان‌شناسی اگزیستانسیال اروین یالوم در دو رمان

مختلفی داشته‌اند، اما روی این نظر که انسان محور اساسی اندیشه در این مکتب است، متفق‌القول هستند. «گریز از تفکر انتزاعی و اعتقاد به اینکه اراده، عاطفه و تفکر، سه قوه‌ی تمایزناپذیر انسانی‌اند، فلاسفه‌ی وجودی را به این باور می‌رساند که پیام را باید بیشتر از طریق رمان، داستان، نمایشنامه و... به دیگران رساند» (امن‌خانی، ۱۳۸۷: ۵۳).

دغدغه‌های اندیشمندان اگزیستانسیالیست شامل مرگ، آزادی، انتخاب، مسئولیت و آن دسته از رفتارهایی است که انسان آگاهانه انتخاب می‌کند؛ یعنی رفتارهای برآمده از گزینه، همچون گرسنگی و تشنگی را دربرنمی‌گیرد، مگر آنکه در انجام آن‌ها، آگاهی وجود داشته باشد. «مفروضات روان‌شناختی در این رویکرد، آزادی، تنهایی، اضطراب مرگ و اصالت انسانی است» (زاده محمدی، ۱۳۹۷: ۱۵). یعنی عناصری که در زندگی یک انسان اثرگذار هستند و درحقیقت، نحوه‌ی مردن او را تعیین می‌کنند. یالوم معتقد است «بدنه‌ی روان‌شناسی اگزیستانسیال (روان‌شناسی وجودی) مرگ، آزادی، تنهایی و پوچی است» (یالوم، ۱۴۰۰: ۲۶). از آنجاکه زندگی انسان بعد از مرگش، یک کل به شمار می‌آید، هر کدام از سه عنصر برشمرده‌ی اگزیستانسیالیست‌ها درحقیقت انتخابی به‌سوی چگونگی مواجهه با مرگ محسوب می‌شود. روانکاوان وجودی معتقدند که: «روانکاو باید به شیوه‌ی پدیدارشناسانه با بیمار مواجه شود و به دنیای اگزیستانسیال بیمار وارد گردد و بدون پیش‌فرض‌هایی که درک را تحریف می‌کند به پدیده‌های آن دنیا گوش دهد» (همان: ۳۵).

مرگ‌آگاهی یکی از مهم‌ترین نکاتی است که زندگی بشر را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد. مرگ‌آگاهی صورت نمی‌پذیرد مگر آنکه انسان به صورتی در یک موقعیت خاص، که «موقعیت مرزی» نامیده می‌شود، با مرگ روبرو شود. «روان‌شناسان وجودی معتقدند برای آنکه از وجود آگاه شویم، باید خود را در یک موقعیت مرزی مانند مرگ بیابیم» (زاده

روان‌شناختی سالم‌رگی و آناتومی افسردگی،  
می‌پردازد.

## ۱/۴ پیشینه‌ی پژوهش

براساس جستجوهای صورت‌گرفته، درباره‌ی موضوع مقاله تا به حال پژوهشی منتشر نشده است. از جمله پژوهش‌های نزدیک به زمینه‌ی کار این مقاله در حوزه‌ی داستان می‌توان به این موارد اشاره کرد:

میرمرتضوی (۱۴۰۲)، در مقاله‌ای با عنوان «تحلیل شخصیت خسرو در رمان شازده احتجاب با تکیه بر نظریه‌ی درمان وجودی اروین یالوم» به روان‌درمانی اگزیستانسیال اشاره می‌کند؛ «دفع اضطراب و ایجاد امواج یکی از راهکارهایی است که یالوم در مواجهه با اضطراب ناشی از مرگ ارائه می‌دهد. نتایج این مقاله نشان می‌دهد که شخصیت خسرو از این راهکار استفاده می‌کند. همچنین در مواجهه با ترس از آزادی، جابه‌جایی و سلب مسئولیت از مواردی است که خسرو ترجیح می‌دهد با نپذیرفتن مسئولیت آن را به دیگران واگذار کند. در مقوله‌ی اضطراب ناشی از تنهایی، آشنایی‌زدایی از اشیا و پناه بردن به روابط بین فردی به عنوان پناهگاه‌هایی معرفی می‌شوند که می‌تواند با شخصیت شاهزاده سازگار شود.

مقاله‌ی منصوره تدینی (۱۳۹۸)، با عنوان «صادق چوبک و دلهره‌های هستی‌خوانش رمان سنگ صبور بر مبنای نظریه‌ی روان‌کاوی اگزیستانسیال». تدینی در این مقاله می‌کوشد نشان دهد که تأکید داستان سنگ صبور بر دلهره‌های آزادی و انتخاب است نه جبر ناتواریستی، و نتیجه می‌گیرد که رمان چوبک با خوانش روان‌درمانی اگزیستانسیالیستی بهتر درک می‌شود.

مقاله‌ی معصومه محمودی (۱۳۹۷)، با عنوان «نگاهی به دلواپسی‌های وجودی در عزاداران بیل با رویکرد روان‌شناسی هستی‌گرا». نویسنده در این مقاله با توجه به مکتب روان‌کاوی هستی‌گرا، شخصیت‌های داستان‌های مجموعه‌ی عزاداران بیل را

نمودی از انعکاس دغدغه‌های وجودی و اضطراب ناشی از مرگ، تنهایی و پوچی می‌داند و برخلاف نظر برخی که حضور و کنش بعضی شخصیت‌ها را در این مجموعه داستان توجیه‌ناپذیر می‌دانند، معتقد است ساعدی آن‌ها را کاملاً آگاهانه شکل داده است و با توجه به رویکرد روان‌کاوی هستی‌گرا، شخصیت‌ها و کنش‌هایی که از آنان سر می‌زند، تبیین‌پذیر هستند.

## ۲ بحث

روان‌شناسی علمی است که با انسان سروکار دارد. این علم راجع به جاننداری آگاه و آگاه از این آگاهی تحقیق می‌کند. در نظر رولومی «روان‌شناسی و روان‌درمانی دانش‌هایی هستند که در واقع درباره‌ی «بشر»ند، نه اصلاً درباره‌ی فردی از لحاظ ذهنی بیمار، بلکه درباره‌ی بشر به واسطه‌ی بشر بودنش» (رولومی، ۱۳۹۹: ۲۴). انسان با ساخت دنیای ذهنی خود به دنیای عینی نگاه می‌کند و می‌خواهد مسائل دنیا طوری حل شود که دنیای ذهنی او آشوب‌زده نگردد. در روان‌شناسی تلاش می‌شود مشکلات انسان که اغلب آن‌ها به ارتباط بین دنیای ذهنی و عینی مربوط است، برطرف شود.

## ۲/۱ روان‌شناسی اگزیستانسیال (وجود گرا)

با گسترش فلسفه‌ی وجودی یا اگزیستانسیال و درک آن توسط دانشمندان سایر علوم، به تدریج پای این فلسفه به علوم‌ی مانند روان‌شناسی نیز کشیده شد که با الهام از این فلسفه کوشید درک بهتری از انسان داشته باشد و بتواند شیوه‌ی نگاه او را به هستی و زندگی درک کند. این شاخه از روان‌شناسی، روان‌شناسی وجودگرا نام گرفت. روان‌کاوان اگزیستانسیال در تلاش هستند تا مراجعان خود را به آن اندازه از شناخت برسانند که مسئولیت نتایج حاصل از انتخاب‌هایشان را بپذیرند.

«روش‌هایی مانند اعتقاد به جهان دیگر و جاودانگی، مردن به خاطر ارزش‌ها، جاودانه شدن در آثار هنری و فرزندان، خودویرانگری، اعتیاد و... نیستی یا به قول فلاسفه‌ی آلمانی، پوچی همان پرتگاه و مغاک آزادی و درک نیستی در قلب هستی است که اضطراب ژرف را با خود به همراه می‌آورد» (یالوم، ۱۳۸۶: ۱۷۰).

هدف اصلی روان‌درمانگران بازگرداندن انسان به زندگی است. اگر انسان به‌نحوی با مرگ آشنا شود در انتخاب‌های خویش درطول زندگی دقت بیشتری دارد. واقعیت مرگ به دو طریق کاملاً متفاوت در کار روان‌درمانی دخیل است: اول، مرگ‌آگاهی خود به‌مثابه‌ی یک «موقعیت مرزی» عمل می‌کند و دگرگونی بنیادینی در چشم‌انداز زندگی به وجود می‌آورد؛ دیگر اینکه مرگ سرچشمه‌ی اصلی اضطراب است (یالوم، ۱۴۰۰: ۲۶۹). یالوم همچنین معتقد است که هراس از مرگ درحقیقت منجر به کنار آمدن با مرگ‌آگاهی می‌شود. «هراس از مرگ از اعماق به سطح تراوش می‌کند، درطول زندگی بارها به سراغمان می‌آید و ما نیز در برابرش به دفاع‌هایی دست می‌زنیم که بیشتر مبتنی بر انکار است و در کنار آمدن با مرگ‌آگاهی یاری‌مان می‌کند» (یالوم، ۱۳۸۶: ۱۵۷).

## ۲٫۱٫۱٫۲ آزادی

آزادی، از مهم‌ترین مؤلفه‌های اگزیستانسیالیستی است. اریک فروم، آزادی را شامل دو مؤلفه‌ی مهم می‌داند: «نخست آنکه چیزی است که به زندگی انسان کیفیت خاص می‌دهد و دوم، مفهوم آزادی به درجه و مقدار آگاهی و برداشت انسان از خودش به‌عنوان موجود مستقل و جدا متفاوت است» (فروم، ۱۳۶۳: ۲۹). از نظر فروم آزادی چیزی شامل کیفیت و کمیت و وابسته به خودآگاهی انسان است. اگر انسان به مرز خودآگاهی نرسیده باشد، آزادی برایش معنایی ندارد چون متوجه محدودیت‌های خود نیست. انسانی که به خودآگاهی رسیده است به‌دنبال رهایی است؛ رهایی

روانشناسان و به‌ویژه روان‌درمانگرها می‌کوشند تا با شناخت انسان، فاصله‌های ایجادشده بین او و اجتماع را بردارند. رولومی بر این باور است که «از پرسش‌های دلهره‌آوری که تاکنون در ذهن روان‌پزشکان و روان‌شناسان به وجود آمده است، یکی این است که «آیا می‌توانیم یقین داشته باشیم که بیمار را آن‌گونه که هست می‌بینیم؟» (رولومی، ۱۳۹۹: ۲۴). پاسخ به این پرسش، انگیزه‌ی روان‌شناسانی شد که بعدها جنبش تحلیل دازاین یا تحلیل اگزیستانسیال را شکل دادند» (می، ۱۳۹۸: ۲۴). یالوم از برجسته‌ترین روان‌شناسان وجودگرا «انسان را موجودی می‌نامد که در جهانی فاقد معنا، در جستجوی معناست تا با دردسر پرتاب شدن به دنیا کنار بیاید» (عزیزی، ۱۳۹۴: ۲۷).

روانشناسان اگزیستانسیال معتقدند در این روش «فنون درمانی» و «شیوه‌ی کاربردی خاصی» وجود ندارد؛ زیرا ازیک‌سو این علم جدید است و ازسویی دیگر «تحلیل اگزیستانسیال، شیوه‌ای است برای درک هستی انسان» (می، ۱۳۹۸: ۱۲۳). به نظر می‌رسد دلیل اصلی این باشد که به تعداد انسان‌های روی زمین، شیوه‌های مختلف برای درک هستی داریم و نیز شناخت دنیای ذهنی افراد مختلف با هم متفاوت است. ازاین‌رو تاکنون یک شیوه‌ی کاربردی خاص به رشته‌ی تحریر درنیامده است. در شیوه‌ی اگزیستانسیالیستی از همه‌ی روش‌های روان‌شناسی گذشته استفاده می‌شود تا انسان به حقیقت خودش دسترسی داشته باشد و خودش را بشناسد.

## ۲٫۱٫۱ دغدغه‌های وجودی در روان‌شناسی اگزیستانسیال عبارتند از:

### ۲٫۱٫۱٫۱ اضطراب مرگ

انسان با روش‌های مختلف با مرگ روبرو می‌شود و سرانجام به این نتیجه می‌رسد که فناپذیری یک افسانه است. اما این مانع نمی‌شود از مواجهه با مرگ دلهره و هراسی نداشته باشد. ازاین‌رو تلاش می‌کند از راه‌های متفاوتی این اضطراب را فرونشاند.

شخصاً هستی خویش را انتخاب می‌کنیم و وانهادگی مایه‌ی دلهره است» (سارتر، ۱۳۸۰: ۴۷) وانهادگی، یعنی اینکه درنهایت تصمیم انسان به خود او بستگی دارد. هنگامی که انسان از پس دلهره‌ی انتخاب چگونه هستن برآید، آگاهانه دست به اقدام می‌زند. او در مسیر آگاهی خویش به این نکته پی می‌برد که نه می‌تواند به جای کسی بمیرد و نه کسی این مسئله‌ی مهم را برای او انجام دهد. پس باید خودش را مهیای مردن نماید. به این ترتیب، تنهایی و روبرو شدن با آن علاوه بر آنکه از اضطراب می‌کاهد، درنهایت موجب رشد فردی در انسان می‌شود.

### ۲/۱/۱/۴ پوچی

وقتی انسان بر اثر درک تنهایی رویارویی با مرگ درمی‌یابد سرانجام همه، نیستی است، اگر به دنبال ایجاد معنا در زندگی خویش نباشد، دچار یأس و ناامیدی می‌گردد. «هیچ‌انگاری گرایش فعال و فراگیر به تردید در فعالیت‌های فراهم‌کننده‌ی معنا است. انرژی و رفتار فرد هیچ‌انگار در یأس ریشه دارد؛ به گفته‌ی مادی او دچار لذت خشم‌آلودی است که از ویران کردن حاصل می‌شود» (یالوم، ۱۴۰۰: ۶۲۳). مأیوس شدن موجب کندی اعمال و افسردگی و در نتیجه گوشه‌نشینی می‌شود. به این ترتیب، فرد مأیوس نه تنها جهان، بلکه خود را نیز به ویرانی می‌کشد. برای اینکه به رنج پوچی مبتلا نشویم، باید تلاش کنیم کامل زندگی کنیم. انسانی که زندگی‌اش را کامل نزیسته باشد، دچار ملال و اندوه می‌شود. فرانکل معتقد است: «رنج و دلتنگی دو عنصر زندگی هر انسان است؛ دلیل دلتنگی راکد بودن است. رنج و دلتنگی هشداردهنده هستند تا وقتی رنج می‌بریم از نظر روانی زنده‌ایم» (فرانکل، ۱۳۷۲: ۲۰۲). بنابراین اگر انسان خودش را در مسیر آن زندگی که آرزویش را دارد، ببیند، رنج کمتری خواهد کشید. باین حال برای رسیدن به آرزوهایش هم متحمل رنج خواهد بود، این رنج‌ها نه تنها به روان انسان آسیب نمی‌رساند بلکه او را به تلاش وامی‌دارد. رنج‌هایی که

از استبداد خانواده، فرهنگ، اجتماع و حکومت. گریز از تنهایی و وابستگی انسان را وادار می‌کند طناب محدودیت‌ها را نبرد و از دیگران جدا نشود. از سوی دیگر سارتر «انسان را محکوم به آزادی» (یالوم، ۱۴۰۰: ۳۱۴) می‌داند؛ زیرا در غیر این صورت در برابر اعمال و کوتاهی‌هایش مسئولیتی ندارد. یالوم ضمن پذیرش نظر سارتر به عنوان یک موجود آزاد در انتخاب سرنوشت خویش می‌گوید: «در صورتی که انسان به شیوه‌های مختلف در برپایی جهان، آزاد نباشد مسئولیت معنایی نخواهد داشت» (همان).

### ۲/۱/۱/۳ تنهایی

اضطراب تنهایی، از مهم‌ترین اضطراب‌های بشری است. از نظر یالوم «تنهایی یک حد مرزی و رنج وجودی است که با انسان تنیده شده است» (یالوم، ۱۴۰۰: ۷۰). انسان با حالت شادی و اندوه، سرانجام با تنهایی روبرو می‌شود. ذهن آدم در رویارویی با مرگ به عنوان آخرین مرحله از وجود نیز تنه‌است. روان‌کاوان تنهایی را اساسی‌ترین دلهره‌ی آدمی خوانده‌اند، برای مثال «فروم از این نقطه آغاز می‌کند که بنیادی‌ترین دلواپسی بشر تنهایی اگزیستانسیالیست است؛ یعنی آگاهی از جدا بودن خاستگاه همه‌ی اضطراب‌هاست» (یالوم، ۱۴۰۰: ۵۱۷). فروم در کتاب گریز از آزادی به اهمیت تنها نبودن انسان اشاره می‌کند؛ «یکی بودن با طبیعت، قبله و مذهب به فرد ایمنی می‌بخشد؛ و به یک کل متشکل متعلق است و در آن ریشه دارد و دارای جای مسلمی است. ممکن است از گرسنگی و اختناق رنج ببرد اما از بزرگ‌ترین دردها یعنی تنهایی کامل و شک مصون است» (فروم، ۱۳۶۳: ۱۵۵) درحالی که تنهایی؛ یعنی چشم‌پوشی و ناامیدی از همراهی دیگران اما انسان همواره امیدوار است در مواجهه با سختی‌ها و به خصوص مرگ همراهی داشته باشد. «لیبید» می‌گوید: «تنهایی راه حل ندارد. تنهایی بخشی از هستی است که باید با آن رو در رو شویم و راهی برای هضم آن بیابیم» (علیزمانی، ۱۳۹۷: ۷۳). سارتر معتقد است: «وانهادگی متضمن این است که ما

شیوه‌های مختلف این اضطراب را کاهش دهند. به‌طورمثال فیلسوفان گفته‌اند: «اگر خوب مردن را بیاموزی، خوب زندگی کردن را نیز خواهی آموخت» (یالوم، ۱۴۰۰: ۵۶). انسان پس از رویارویی با مسئله‌ی مرگ، دچار اضطراب می‌شود. کاهش اضطراب از مردن می‌تواند به افزایش حس ارزشمندی و اعتمادبه‌نفس انسان کمک کند.

### ۲/۱/۳ مکانیسم‌های دفاعی

واکنش و راهکار آدمی در مواجهه با این اضطراب به‌زعم روان‌شناسان وجودی به قرار زیر است:

#### ۲/۱/۳/۱ میل به جاودانگی

هراس از نبودن و آنچه در دنیا بعد از مرگ ما خواهد گذشت موجب تمایل به تسلط بر هستی می‌شود. آدمی برای جاودانگی خویش راه‌هایی به‌صورت نمادین یافته است. «رابرت لیفتین» روش‌هایی را که انسان‌ها برای جاودانگی اگر چه به‌صورت نمادین یافته‌اند، پنج مورد می‌نامد: «زیست‌شناختی و فرزندآوری، یزدان‌شناسانه و اعتقاد به معاد، خلاق و گرایش به هنر، طبیعت‌جاویدان و پیوستن به نیروهای چرخنده‌ی طبیعت، ازخودبرگذرنده ازطریق گم کردن خویش در مرتبه‌ای چنان پرشور که زمان و مرگ در آن‌ها ناپدید می‌شود و فرد در زمان حالی زندگی می‌کند که پیوسته ادامه می‌یابد» (یالوم، ۱۴۰۰: ۷۲). با اینکه این شیوه‌ها ذهن انسان را از اضطراب مرگ، به دور نگه می‌دارد و باعث می‌شود انسان در خیال جاودانگی، با مرگ به ستیز برخاسته و او را مغلوب کند، اما حقیقت آن است که مرگ از رگ گردن به ما نزدیک‌تر است.

#### ۲/۱/۳/۲ انکار

انکار مرگ از روش‌های فرونشاندن اضطراب آن است؛ «اروین یالوم دو مکانیزم کنترل و دفاع در برابر این انکار را استثنا بودن و نجات‌دهنده‌ی غایی

در مسیر تکامل خویش می‌بریم ما را از پوچی دور می‌کند.

### ۲/۱/۲ مفهوم موقعیت مرزی

آدمی در زندگی تجارب زیادی کسب و با تکیه بر این تجارب آینده‌ی خویش را انتخاب می‌کند. یالوم این تجارب مهم را موقعیت مرزی نامیده که می‌تواند دیدگاه ما را به زندگی تغییر دهد و تعریف ما را از آن نو بسازد. «موقعیت مرزی عبارت است از رویداد یا تجربه‌ای ناگهانی که فرد را به رویارویی با موقعیت اگزستانسیال خود در جهان سوق می‌دهد» (یالوم، ۱۴۰۰: ۲۳۰). در دیدگاه اگزستانسیال در موقعیت مرزی «جهان، خود را به‌صورت صمیمی به انسان نزدیک» می‌کند (بابایی، ۱۳۸۶: ۶۵۴). موقعیت‌های مرزی زندگی انسان زیاد هستند: اضطراب، تصادف‌ها، حوادث طبیعی مانند زلزله و سیل، ترس و هیجان و آگاهی لحظه‌ای، همگی از موقعیت‌های مرزی محسوب می‌شوند، زیرا می‌توانند ما را به موقعیت خودمان در جهان آگاه کنند و جهان را به ما بهتر بشناسانند.

روان‌درمانگرها معتقدند در موقعیت‌های مرزی انسان به شناخت عمیق از خودش می‌رسد و آگاهی‌اش را از جهان خودش بیشتر می‌کند. موقعیت مرزی رویارویی انسان با خود و جهان معنا می‌شود که منجر به آگاهی و شناخت منحصر به فرد شخص می‌گردد. «رویارویی همواره مستعد تجربه‌ای آفرینش‌گر است، به‌طورمعمول رویارویی باید موجب بالندگی و غنای فرد شود» (می، ۱۴۰۰: ۲۵). یالوم همچنین اهمیت موقعیت مرزی را در این می‌داند که ما را به "نفس بودن" یعنی هستی واقف می‌کند. «تجربیات مبرمی که به خارج از روزمرگی پرتابمان کرده و توجه ما را به نفس بودن معطوف می‌کند، تجربه‌ی مرزی نامیده می‌شود» (یالوم، ۱۳۸۶: ۱۶۰). روان‌شناسان اگزستانسیال تلاش می‌کنند تا با روبرو ساختن انسان با دغدغه‌های درونی خود به او کمک کنند تا بر این اضطراب فائق آید. نحله‌های اندیشگی گوناگون در طول تاریخ نیز کوشیده‌اند به

پایان هر واقعه‌ی دیگری در زندگی ماست» (می، ۱۳۹۸: ۲۰). در این دو رمان هم بحث مرگ و اضطراب ناشی از مواجهه با مرگ نمود بارزی از تفکر رویارویی با مرگ‌آگاهی شخصیت‌های داستان است. رمان در حل مسائل ذهنی و عینی شخصیت‌های خویش می‌کوشد. ازسویی «اگزیتانسیالیسم ازطریق پیوند با مفاهیمی همچون آزادی، اختیار مسئولیت، تعالی و گذر... گام‌های مهم و رو به جلویی را در راستای حل بحران بشر معاصر پیموده است» (عموری، ۱۳۹۸: ۳۴). در این دو رمان هم شاهد اقدامات اگزیتانسیالیستی در رویارویی با مسائل هستیم که به تکامل فردی شخصیت‌ها کمک می‌کند.

## ۲،۲،۱ بررسی مؤلفه‌های روان‌شناسی وجودی در رمان‌های منتخب

دو مولفه‌ی مرگ و زندگی، همواره در کنار هم معنا می‌یابد. انسان‌ها در برخورد با مسائل و دغدغه‌های غایی یا تصمیم‌هایی می‌گیرند که به مرگ منجر می‌شود یا زنده ماندن را انتخاب می‌کنند. نمودهای نگاه به مرگ و مواجهه با اضطراب مرگ یا سایر مؤلفه‌های اگزیتانسیال در دو رمان مورد مطالعه زیاد هستند.

### ۲،۲،۲ اضطراب مرگ

کتاب سالمرگی پردازش انواع مرگ و مواجهه با اضطراب مرگ است. مرگ مادر راوی، مرگ پدر زمانی که برای اولین بار راوی را به‌عنوان پسر به رسمیت می‌شناسد. شهادت سیاوش، خودکشی آقای عمرانی، لی‌لا، سقطجنین، مرگ در تنهایی زنی که راوی او را مادر لی‌لا می‌نامد، مرگ مادر بزرگ و پدر بزرگ و دیگرکشی تحت‌عنوان قربانی کردن. در کتاب سالمرگی اضطراب مرگ در رفتار پدر راوی زمانی که تصمیم می‌گیرد فرزندش را قربانی کند، نمود پیدا می‌کند. «بی‌تاب بود مانند مرغ سرکنده. آرام و قرار نداشت. باخودش حرف می‌زد» (الهی، ۱۳۸۵: ۳۱). به نظر می‌رسد شخصیت پدر از اختلال

می‌داند» (یالوم، ۱۴۰۰: ۹۰). یالوم معتقد است این دفاع‌ها پاسخی در برابر ترس از مرگ هستند. از دیدگاه او افرادی با سازوکار دفاع استثنا، به شکل‌های مختلفی آن را بروز می‌دهند؛ فردگرایی قهرمانانه، اعتیاد به کار اجباری، افسردگی ناشی از موفقیت، پرخاش‌جویی، کنترل و سرانجام خودشیفتگی نمود دفاع استثنا و از نشانه‌های ترس از مرگ هستند (یالوم، ۱۴۰۰: ۱۸۸). از دیدگاه یالوم دومین روش انکار مرگ امیدواری به نجات‌دهنده‌ی غایی است. این دفاع باعث می‌شود فرد «شیوه‌ای بسیار محدود و مقید» (یالوم، ۱۴۰۰: ۱۹۰) در زندگی خویش پیش گیرد. افرادی با سازوکار دفاع نجات‌دهنده‌ی غایی از رابطه‌ای به رابطه‌ی دیگر پناه می‌برند و اگر این تلاش به نتیجه نرسد احساس خلاء می‌کنند و «خود را بد و بی‌ارزش می‌دانند که شایستگی برخورداری از عشق و حمایت نجات‌دهنده‌ی غایی را ندارند» (یالوم، ۱۴۰۰: ۱۹۷). یالوم، کارایی سازوکار نجات‌دهنده‌ی غایی را کمتر از دفاع استثنا می‌داند که با آنکه آرامش قابل‌ملاحظه‌ای برای انسان به همراه می‌آورد، اما با عواملی دچار فروپاشی می‌شود (همان: ۱۹۷). فروپاشی دفاع‌ها باعث می‌شود انسان دچار اضطراب از نیستی شده و نگاهی دوباره به زندگی و انتخاب‌های خود داشته باشد.

### ۲،۲ تحلیل داده‌ها

مرگ مقوله‌ای است که همواره ذهن و روان آدمی را به خود مشغول کرده است و بسیاری از فیلسوفان و عالمان، نویسندگان و شاعران درباب آن داد سخن داده‌اند. به‌همین سبب، اندیشیدن درباره‌ی مرگ در سامانه‌های اندیشگی بشر جایگاه ویژه‌ای یافته است. «سقراط فلسفه را تأمل بر مرگ می‌خواند و هگل تاریخ را محصول کنش بشر با مرگ می‌داند» (معتمدی، ۱۳۷۲: ۴). سیسرون نیز بر آن است که «فلسفه‌ورزی یعنی فراگیری چگونه مردن» (بیکول، ۱۳۹۲: ۲۸). این تفکر از آنجاست که مرگ شاید مهم‌ترین رخداد در زندگی آدمی باشد، یعنی «مرگ

به‌عنوان آنتی‌تز اساسی مرگ، خنثی‌کننده‌ای قوی برای آن به شمار می‌آید» (یالوم؛ ۱۳۸۶: ۱۶۴). خاله‌ی راوی و مادر لی‌لا در مواجهه با مرگ دیگری یعنی سیاوش دیوانه می‌شوند. «تلفن زدم تا آمبولانس بیاید و این دوتا دیوانه را ببر» (همان، ۱۳۹). راوی در توجیه مرگ سیاوش، فتح کربلا را دلیل حضور سیاوش در جبهه می‌داند، اما به همسرش می‌گوید سیاوش باید خودش انتخاب کند چگونه زندگی کند. «بگذار زندگی و مرگ را خودش انتخاب کند» (همان، ۱۱). یعنی در مواجهه با مرگ فرزند و برای کاهش اضطراب مرگ، مسئولیت انتخاب به جبهه رفتن سیاوش را به دوش خود او می‌اندازد، درحالی‌که خود راوی از فرانسه به ایران آمده تا بتواند در ایران مؤثر باشد. لی‌لا هم نسبت به این رفتار راوی معترض است. لی‌لا یک سقط‌جنین اختیاری داشته است که شهادت سیاوش را توان آن گناه می‌داند. «احساس گناه می‌کردم، باید تقاص آن را می‌دادم» (الهی، ۱۳۸۵: ۱۴۰). راوی کتاب سالمرگی، نویسنده است و «لی‌لا»، زنی هنرمند است که فیلم می‌سازد و نقاشی می‌کند. نکته‌ی دیگر اینکه مقوله‌ی تجربه‌ی مرزی نیز در این داستان قابل ردیابی است: شهادت فرزند آقای عمرانی و لی‌لا، باعث ازهم‌پاشیدن زندگی عاشقانه‌شان می‌شود؛ مرد خودکشی می‌کند و زن؛ یعنی لی‌لا به فرانسه برمی‌گردد.

رویارویی با مرگ و اضطراب ناشی از آن در رمان آناتومی افسردگی چندین نمود دارد. یالوم معتقد است که فرد با دیدگاه نجات‌دهنده‌ی غایی عمل جنسی را موجب آن می‌داند که «درد جدایی را می‌زداید و "من" را "ما" می‌کند» (یالوم، ۱۳۸۶: ۱۶۴). شخصیت سروناز، در رمان آناتومی افسردگی از زیاده‌روی در عمل جنسی، برای تخلیه‌ی روانی خود از اضطراب بهره می‌برد. زیرا یادآوری غرق شدن برادرش در دریای منطقه‌ی فریدون‌کنار او را سخت برمی‌آشوبد. او با ازدواج‌های متعدد، تلاش می‌کند تنها نماند. «ماجرای همین بود حتماً، سه ماه به سه ماه همین می‌شد، فقط اسم مردی که در باران با دختر دیگری می‌رفت عوض می‌شد» (همان، ۱۲۲).

روانی رنج می‌برد. «حاج محمد قصاب تا او را دید کت‌بسته، دهان کف‌کرده، چشم‌ها قرمز، دو تغار خون» (همان، ۳۶)، او با ابراهیم پیامبر احساس همذات‌پنداری دارد و تصمیم می‌گیرد فرزندش را قربانی کند (همان، ۴۰). اما از اضطراب این عمل دیوانه می‌شود. همچنین راوی و لی‌لا در مواجهه با مرگ فرزندشان، سیاوش، هر دو تصمیم به خودکشی می‌گیرند. «تیغی را که پای آینه‌ی حمام بود، برداشتم کشیدم روی دستم» (همان، ۵۰) و «باید خودم را از جایی پرت کنم، بیندازم توی رودی... مثل آن مردک جلنبر ترسو نبودم که بخواهد بمیرد و نمی‌میرد» (همان، ۱۴۱)، هرچند نتیجه‌ی خودکشی لی‌لا مشخص نیست. این تصمیم نیز برآمده از احساس اضطراب است. اروین یالوم درمورد اینکه خودکشی خود دلیل اضطراب و ترس از مرگ است به نکته‌ای اشاره کرده است. او می‌گوید: «با آنکه اقدام به خودکشی به دلیل ترس از مرگ یک پارادوکس است؛ چندان ناشایع نیست. خیلی‌ها گفته‌ای با این مضمون داشته‌اند: "آنقدر از مرگ می‌ترسم که به سمت خودکشی رانده می‌شوم". فکر خودکشی، تاحدودی از وحشت مرگ می‌کاهد. عملی فعالانه است؛ به فرد اجازه می‌دهد چیزی را تحت‌کنترل درآورد که تاکنون او را کنترل می‌کرده است» (۱۴۰۰: ۱۸۱). پدر و پسر دچار اضطراب تنهایی هستند و دغدغه‌ی خودشان را به صورت متفاوتی نشان می‌دهند. پدر اضطراب تنهایی را در حضرت آدم و راوی در وجود امام حسین می‌بینند. وقتی سیاوش در جبهه می‌میرد، راوی دچار تزلزل در اعتقاد می‌شود و زندگی زن و مرد فرومی‌پاشد.

نمود دیگر اضطراب مرگ در سالمرگی، در رفتار زنی است که راوی و لی‌لا او را مادر واقعی لی‌لا می‌نامند. این زن صاحب هزاران بچه است و تمام شهر نوادگان او هستند. «می‌گفت به اندازه‌ی عالم بچه دارد» (الهی، ۱۳۸۵: ۱۳۶)، کثرت رفتار جنسی زن برای فرار از تنهایی و مقابله با اضطراب مرگ است. «گاه نیز دلواپسی از مرگ خود را به شکل افراط در روابط جنسی می‌نمایاند. روابط جنسی،

رفیق مهران امتحان مواد را پیشنهاد می‌دهد. «نشئگی امشب همیشه یادت می‌مونه» (طلوعی، ۱۳۹۸: ۲۱۱)، اسفندیار که خودکشی دخترعمو و نامزد خودش را به چشم دیده (همان: ۲۲) و خود را مسئول مرگ دوستان خود می‌داند، فرار و از شهری به شهر دیگر رفتن را برگزیده است، «پیرمردی که هفت دریا را گشته» (همان، ۸).

در رمان آناتومی افسردگی مهران از ازدواج مادر با عمویش آشفته است و برای تهیه‌ی اسلحه به زیرزمین خانه‌ای می‌رود که قبلاً با اسفندیار به آن خانه رفته و در آنجا پایش به تله‌ی انفجاری گیر می‌کند و منتظر است تا دوست پدرش، که هم‌رمز او در جبهه‌ی جنگ بوده است بیاید و او را از این مخمصه نجات دهد؛ کوچک‌ترین حرکت یا اشتباهی منجر به انفجار و از بین رفتن مهران می‌شود. رویارویی با خطر مرگ مهران را به این فکر می‌اندازد که چنین بیهوده مردن شایسته‌ی او نیست. او پس از نجات از این موقعیت به دیدن مادر می‌رود و در آنجا متوجه می‌شود مادرش نه تنها از ازدواج و زندگی با عمو نارضی نیست بلکه حتی قبل از ازدواج عاشق او بوده است، «من عموت را دوست داشتم، بیشتر از بابات دوست داشتم» (طلوعی، ۲۷۹). تجربه‌ی لحظات پراضطراب و وحشت از مرگی قریب‌الوقوع در هنگام گرفتاری در تله‌ی انفجاری به عنوان موقعیتی مرزی، منجر به تصمیم دیدار دوباره با مادر می‌شود و آگاهی از احساس واقعی مادر، تغییری اساسی در زندگی، رفتار و منش مهران و دید او نسبت به اطرافیان ایجاد می‌کند.

### ۲،۲،۳ آزادی

مضمون آزادی از دیگر مؤلفه‌های روان‌شناسی اگزیستانسیالیستی است. در رمان طلوعی، آزادی، از دیدگاه اسفندیار، یکی از شخصیت‌های اصلی رمان، رهایی از قید زن و بچه است. او در گفتگو با مهران زن و بچه را مانع آزادی می‌داند (طلوعی، ۱۳۹۵: ۲۸). درحالی‌که مهران زن و بچه ندارد، اما آزاد مطلق نیست. اسفندیار وابسته به گروهی طرفدار مصدق

بوده است. او که در زندان دوستانش را لو داده (طلوعی، ۱۳۹۵: ۴۳)، بعد از آزادی در بندرعباس سوار کشتی حمل الوار برزیلی می‌شود. «روزی که می‌دانست انتهای این سفر آزادی است» (همان، ۴۳). بالاخره ثمره‌ی درگیری و رسیدن به آزادی، قرار گرفتن در یک موقعیت نو و دلخواه است؛ همان موقعیتی که برای رسیدن به آن، اسفندیار متحمل رنج‌های زیادی شده است. اسفندیار دو سال و نیم از این کشتی به آن کشتی و از بندری به بندری در مسافرت بوده تا سرانجام در مالمو پیاده می‌شود. اسفندیار در مالمو، به امید پایان پوچی و آوارگی ازدواج می‌کند. حال آنکه باور درونی اسفندیار چیز دیگری است؛ او مطابق پیش‌گویی‌های وجیهه خانم می‌داند که آزادی اتفاق نخواهد افتاد. اسفندیار در زندان با رکن دوی ساواک همکاری می‌کند اما آخرین کسی که این امر را می‌داند محمد نخشب است. وقتی که نخشب می‌میرد، همه سرنخ‌های رابطه‌ی اسفندیار با تیمور بختیار و اداره‌ی اطلاعات ارتش پاک می‌شود. بنابراین اسفندیار احساس آزادی و شادی می‌کند (همان: ۴۵). اسفندیار در خارج از ایران هم به فکر کثورش است و اخبار خرمشهر را دنبال می‌کند درحالی‌که در جبهه نیست: «همیشه فکر می‌کرد بهترین روز برایش روزی است که وطن آزاد باشد» (همان، ۴۶). راوی اضافه می‌کند: «اگر کسی سرگذشت او را می‌دانست و این جمله را می‌شنید فکر می‌کرد اسفندیار بیخودی شعار وطن‌دوستی می‌دهد اما کسی نمانده بود قضاوتش کند» (همان: ۴۶). وقتی ذهن انسان اسیر افکار و اندوه خودش است، آدم هر جای دنیا باشد حس آزادی ندارد. علاوه بر آن اسفندیار در تمام عمر آزاد بوده مسیر خودش را انتخاب کند، به‌طورمثال در زیرزمین رکن دو بمیرد یا دوستانش را لو بدهد. اما اسفندیار بیشتر مایل است، زندگی را به گردن سرنوشت بیندازد.

نمود آزادی در سالم‌رگی تلاش لی‌لا برای خروج از ایران و رفتن به فرانسه است. او قبل از ازدواج با راوی، در فرانسه همراه دانشجویان برای آزادی مبارزه

خواب‌هایی می‌بیند که با مرگ ارتباط دارد. پدر پری هر بار که او کابوسی از مرگ می‌بیند، برای نجات دختر مهارتی را به او آموزش می‌دهد. مثلاً شنا و رانندگی (طلوعی، ۱۳۹۸: ۵۲). اما در زمان افسردگی آگاهانه‌اش، خواب‌هایش به گونه‌ای است که به مهارت نیاز ندارد. بلکه شدت تنهایی او را نشان می‌دهد. مثلاً شناور بودن در فضا و وابستگی به یک شیئی، شنا میان ماهی‌های آمزون، پرت شدن از بانجی جامپینگ و... این خواب‌ها او را به این نتیجه می‌رساند که به فنگ‌شویی بپردازد. یالوم معتقد است هر راهی که بتواند بیمار را به شناخت درستی از خودش برساند، در روان‌درمانی وجودی روش درستی محسوب می‌شود. پری از روش‌های متفاوتی برای شناخت خودش استفاده می‌کند. یکی از آن‌ها فنگ‌شویی است (طلوعی، ۱۳۹۸: ۱۴۸). مهران به رفیق وابسته است و اسفندیار که سراسر دنیا را گشته، برای تسلیم شدن به سرنوشت و مرگ به ایران آمده و تنها می‌میرد.

در سالم‌رگی نمود تنهایی اگزیزستانسیال، سخن پدر راوی است که از اضطراب حضرت آدم می‌گوید. از اینکه حضرت آدم «تنها در برهوت کره زمین» (الهی، ۱۳۸۵: ۳۹) باید با تنهایی خویش روبرو می‌شد. تنهایی در رفتار لی‌لا هم قابل مشاهده است؛ زمانی که به فرانسه می‌رود تا خودش را بکشد اما نمی‌تواند.

#### ۲،۲،۵ پوچی

پوچی یکی دیگر از مؤلفه‌های روان‌شناسی اگزیزستانسیال است که در نبود معنا رخ می‌دهد. نمود بارز پوچی در رمان آناتومی افسردگی، زندگی اسفندیار است؛ مردی که سال‌های طولانی زندگی کرده و در همه‌ی راه‌ها به حکم تقدیری ازپیش‌دانسته شکست خورده است. او بعداز به بن‌بست رسیدن، برای مردن به ایران آمده است. دیدگاه اسفندیار به زندگی در آغاز ورود به ایران نگاهی پوچ است؛ زیرا سال‌ها در کشورهایی زندگی کرده که سرمایه‌دار بوده‌اند. «سرمایه‌دارهایی که این

می‌کند و از یک دانشجوی انقلابی باردار می‌شود. باین حال جرئت نگهداری بچه را ندارد و او را سقط می‌کند «گناه بود خانم جان»، گفتم: "چی؟"، "قتل بچه" (الهی، ۱۳۸۵: ۱۰۷). این آزادی انتخاب و سقط اختیاری به صورت گناه در وجدان او نمود پیدا می‌کند. وقتی سیاوش به دنیا می‌آید، همواره در درونش چیزی امر به کشتن می‌دهد. بعداز مرگ سیاوش، لی‌لا دوباره به فرانسه برمی‌گردد و راوی به نوشتن می‌پردازد. گویی هرکدام راهی برای آزادی از اضطراب مرگ می‌جویند اما این راه آن‌ها را از هم جدا می‌کند. «نوشتن از دغدغه‌های ذهنی و آنچه موجب اضطراب شده است روشی کارآمد برای غلبه بر این اضطراب و رسیدن به آرامش است» (Valtonen, ۲۰۲۱: ۷۰۵) که در رفتار شخصیت‌های هر دو رمان موردنظر دیده می‌شود.

#### ۲،۲،۴ تنهایی

از دیگر مؤلفه‌های روان‌شناسی اگزیزستانسیال، مقوله‌ی تنهایی است که انسان خود را در برابر مرگ تنها می‌بیند. به نظر می‌رسد تنهایی انسان، نه تنها در برابر مرگ بلکه در برابر هر مؤلفه‌ی دیگر زندگی نیز نمود دارد. چراکه انسان باید در تنهایی‌های خودش با مسائل مهم زندگی روبرو شود و شیوه‌ی زیستن خودش را برگزیند. این گزینش‌ها در هر حالتی چه در اسارت و زیر یوغ و چه در آزادی نتایجی دارد که با پذیرش این نتیجه امکان انتخاب به ما می‌دهد. حتی در تصمیم‌گیری برای مسائل پیش‌پاافتاده هم انسان به تنهایی با مسئله‌ی انتخاب روبرو می‌شود. رمان آناتومی افسردگی، شرح زندگی سه نفر است که هرکدام به نوعی در جامعه تنها هستند. پری در تهران احساس تنهایی دارد و از نظر اسفندیار «این شهر برای افراد تنها ساخته شده است» (طلوعی، ۱۳۹۸: ۶۸). مهران هم تنهاست و برای خروج از احساس تنهایی برای خودش نقش بازی می‌کند (همان: ۱۹۸). هرکدام به نوعی برای از بین بردن تنهایی تلاش می‌کنند. پری غرق در تنهایی است. او از کودکی در خواب‌هایش تنهاست و

نظام را کنترل می‌کنند طمع برنده شدن را همیشه در آدم‌ها زنده نگه می‌دارند. این توهم را که اگر کسی سخت کار کند حتماً برنده می‌شود؛ کسی که سخت‌تر کار می‌کند و بیشتر پول درمی‌آورد» (طلوعی، ۱۳۹۸: ۵۹). اسفندیار بعد از مدت‌ها مقابله با سرنوشت و فرار از آن به این نتیجه می‌رسد که هرچه بیشتر کار کند، بیهوده‌تر است.

در متن رمان آناتومی افسردگی، مقایسه‌ی تنهایی و رسیدن به مرز پوچی در دو شخصیت مهران و پیمان، واکنش متفاوت آن‌ها و بازخورد رفتارشان نسبت به این مسئله را آشکار می‌کند: مهران به رفیق وابسته است، عاشق پری است و برای مادرش نگران است. اما پیمان به پوچی رسیده و می‌خواهد دنیای ذهنی خودش را داشته باشد (همان: ۲۲۵).

پوچی در سالم‌رگی بعد از مرگ سیاوش در رفتار لی‌لا نمود پیدا می‌کند. در نقاشی‌ها یا فیلمی که می‌سازد و انسان‌های شکسته و بسته را نشان می‌دهد. آدم‌هایی که پاشیده شده‌اند (الهی، ۱۳۸۵: ۸۶).

### ۲،۳ انواع دفاع‌ها در برابر مؤلفه‌های اگزستانسیالیستی

یالوم معتقد است انسان‌ها در مجموع دو دفاع در برابر اضطراب برآمده از مرگ دارند؛ نجات‌دهنده‌ی غایی و استثنا. رفتار شخصیت‌های دو رمان با این دو دفاع هم‌خوانی دارد. اسفندیار شخصیتی با دفاع انکار، استثناست. اسفندیار با فامیلی خاموشی معرفی می‌شود اما زندگیش پر از هیاهو برای غلبه بر مرگ است. او بعد از مرگ دختر عمو به مبارزه با نظام می‌پردازد اما آنجا دوام نمی‌آورد و دوستانش را لو می‌دهد تا توسط ساواک کشته نشود. او دوستان خودش را فدای آزادیش می‌کند. اما بعدها آروز می‌کند کاش همان‌جا می‌مرد. حس قهرمانی‌گری او پایان ندارد، در پیری می‌خواهد دست به خودکشی بزند تا با مرگی بی‌معنا انتقام خودش را از زندگی بگیرد. اما همین کار را هم انجام

نمی‌دهد. او در مواجهه با دختر موردعلاقه‌اش هم حس خودشیفتگی‌اش را بروز می‌دهد: «داشتم خدایی می‌کردم» (طلوعی، ۱۳۹۸: ۷۲). اما در هنگام نیاز دختر به او جان خودش را نجات می‌دهد و فرار می‌کند. بعد از ازدواج با کارلا و بچه‌دار شدنش با سماجت فرزندش را وادار می‌کند از درخت بالا و پایین برود. بچه که می‌میرد، دچار فروپاشی می‌شود و حتی با اصرار همسرش نمی‌خواهد باز بچه‌دار شوند. به ایران می‌آید تا بمیرد. اما این دفاع هنوز در وجودش هست. او دوست دارد مهران زندگی او را توی ذهنش بسازد. «زندگی آدمی که دوست داشت دوباره زندگی کند و این‌بار جور دیگری زندگی کند» (طلوعی، ۱۳۹۸: ۹۲)، همین موضوع نشانه‌ی این است که اسفندیار زندگی نزیسته‌ی بسیاری دارد. نویسنده نامیرایی او را با تظاهرش به جوانی و پوشیدن شلوار جین و تی‌شرت بیان می‌کند. او مانند جوان‌ها قهقهه می‌زند و با اینکه آمده تا خودکشی کند، مانند افراد پارانویا مواظب است تا کسی به او سم نخوراند یا برای کشتن تعقیبش نکند. سرانجام نه با خودکشی، نه در کشمکش یا نبردی قهرمانانه که در اندوه باخت مقدار زیادی پول در ایستگاه اتوبوس درحالی می‌میرد که مهران جنازه‌ی او را با دختری تنها می‌گذارد که دست در جیب‌های اسفندیار دارد.

مهران دچار دفاع انکار نجات‌دهنده‌ی غایی است. او به تهران می‌آید و درحالی که تنه‌است برای مبلغ اندکی، در شرکت دایی پری کار می‌کند. او نمی‌خواهد به پول بنیاد شهید وابسته باشد و هنگامی که دنبال موتورسواری کشیده می‌شود تا کیفش را از دست ندهد، پیمان نجاتش می‌دهد. پس از این با هم رفیق می‌شوند؛ مهران به رفیق تکیه می‌کند و رفیق دست‌وپایش می‌شود. جای‌جای تهران را با هم می‌گردند و مهران در رفتارش از او الگو می‌گیرد. تنها عملی که در آن از رفیق الگو نمی‌گیرد مصرف مواد مخدر است. وقتی رفیق متوجه می‌شود که مهران عاشق است گم می‌شود و به پیام‌های او توجهی نمی‌کند. زیرا عشق به معنای داشتن معنی

پری، زمانی که دارد اسامی مردان اطرافش را بررسی می‌کند، به‌وضوح دیده می‌شود. مهران جولایی با ابروهایی رو به پایین همیشه افسرده است و چه کسی می‌تواند به «شوهرش بگوید تاج ابروهایش را بردارد» (طلوعی، ۱۳۹۸: ۱۱۷). پری سرانجام برای نگهداری شرکت دایی، با امیر ازدواج می‌کند. امیر اما درنظر پری اقتدار لازم برای تکیه‌گاه بودن را ندارد. امیر حتی زمان جدا شدن پری از خودش قدرتی نشان نمی‌دهد و پری در رؤیایش می‌فهمد این ازدواج سفری از تاریکی به تاریکی است. پس خودش تصمیم به جدایی می‌گیرد و در عین اینکه از این ازدواج و جدایی ناراضی است حاضر نمی‌شود مانند سرونز یک رابطه‌ی جدید را به‌سرعت آغاز کند. پری حداقل دفاع استثنا و نجات‌دهنده‌ی غایی است. پیمان، برادر پری است؛ او در زندگی خصوصیش شکست خورده و همسرش او و فرزندش را رها کرده است. سابقه‌ی مصرف مواد را که نوعی وابستگی است دارد و در جوانی یک روز پری از جیب شلوارش گل برداشته است. ممکن است رفتن همسر پیمان هم به همین مصرف مربوط باشد. نام رفیق مهران هم پیمان است. پیمان همپای همه‌ی کارهای مهران تهران را قدم می‌زند و به او یاد می‌دهد در تهران تنها راه دوام آوردن خوشی‌های شخصی است. باین‌حال زمانی که مهران می‌گوید عاشق است و حاضر نمی‌شود با او مواد مصرف کند، می‌گوید: «کاش من هم کسی را داشتم که دست‌وپایش بودم. اشاره‌ی او به مهران است که می‌گوید: وقتی نیستی انگار دستم خواب رفته، پام خواب رفته، وقتی نیستی این‌جوری می‌شم رفیق» (همان: ۲۲۵)، معلوم می‌شود که پیمان به‌اندازه‌ی مهران به او وابستگی ندارد. او قبلاً از پدرش آموخته تنهایی را بپذیرد و برای خودش خوشی‌های معمولی پیدا کند، اما با تمام تلاشی که برای نشان دادن استثنا بودن خویش دارد، سرانجام به‌دلیل عدم معنا به مواد پناه می‌برد. حسین جولایی، پدر مهران، گمان می‌برد با فرزنددار شدن جاودانه شده است (همان: ۲۷۰) او در خواب مهران به فرزند داشتن خود که نشانه‌ی جاودانگی است، اشاره دارد.

در زندگی است و رفیق معنایی برای زندگی ندارد. مهران با کیف پول و اسلحه‌ای که از اسفندیار به او رسیده تهران را طور دیگری می‌بیند و احساس قدرت و شجاعت بیشتری می‌کند و تصمیم می‌گیرد عمویش را، که با مادرش ازدواج کرده، بکشد. او حتی قدرت این را پیدا می‌کند که با پری از عشقش حرف بزند. جای پدر در وجود او به رفیق و جای رفیق به پول و اسلحه تبدیل می‌شود. مهران از نجات‌دهنده‌ای به نجات‌دهنده‌ی دیگر پناه می‌برد و سرانجام پس‌از اینکه با مرگ خودش در زیرزمین خانه‌ای که اسفندیار به او نشان داده، مواجه می‌شود، به خودش فکر می‌کند و اینکه هر قسمت از رفتارهایش شبیه یک نفر در زندگی‌اش است. مهران حتی در رؤیایش در قطار، پدر را می‌بیند که به او امیدوار است اما مهران در خواب هم از خودش ناامید است. او که در قطار به‌سمت مادر می‌رود، لحظه‌ای خواب پدر را می‌بیند که به او می‌گوید: «من زن و بچه دارم. اونا دعام می‌کنند. مهران می‌خواهد بگوید؛ نه، شما دل به خونه خوش نکن. زنت چهلت نشده می‌ره زنِ داداشت می‌شه» (طلوعی، ۱۳۹۸: ۲۷۰). پس‌از رسیدن به خانه مهران تلاش می‌کند با پول، محبت مادر را کاملاً به خود اختصاص دهد اما مادر انتخاب خودش را دوست دارد. مهران پس‌از آن تصمیم می‌گیرد به خودش متکی باشد.

پری شخصیتی بین مهران و اسفندیار است. او برای پدرش که اخلاق نامناسب مادرش را تحمل می‌کند، متأسف است. او با سرونز دوست است؛ سرونز برادرش را در دریا از دست داده و در برابر مرگ، به دفاع نجات‌دهنده‌ی غایی معتقد است و از مردی به مرد دیگر پناه می‌برد. این در حالی است که مردها نمی‌توانند شدت وابستگی او را تحمل کنند و او را رها می‌کنند. پری چند صباحی نقش افسرده‌ها را بازی می‌کند تا توجه اطرافیانش را به خود جلب کند. شاید خواننده باید بپرسد چرا در این مدت مهران به پری توجهی ندارد اما درحقیقت این پری است که از بین مردانی که اطرافش هستند انتخاب می‌کند کدام‌یک به او توجه کنند. این نکته در رفتار

نجات‌دهنده‌ی غایی استفاده می‌کند، در دفاع نجات‌دهنده‌ی غایی شخص همچون کودک وابسته‌ی دیگران است. او تنها پسر خانواده است و همه‌ی عمر موردتوجه خاله و خواهرهایش بوده است. در مواجهه با مرگ، سیایش برای جلب‌نظر لی‌لا خودکشی می‌کند. اما سرانجام لی‌لا او را تنها می‌گذارد و راوی به هنر پناه می‌برد تا پراضطراب‌ترین قصه‌ی عالم را بنویسد. زنی که درنظر راوی مادر لی‌لا است هم دچار دفاع نجات‌دهنده‌ی غایی است. او مدام از مردی به مرد دیگر پناه می‌برد و سرانجام در تنهایی می‌میرد.

### ۳ نتیجه

از میان مؤلفه‌های اگزیستانسیال، مرگ‌اندیشی، اضطراب و ترس ناشی از مواجهه با مرگ؛ آزادی انتخاب؛ همچنین پوچی، هیچ‌انگاری و تنهایی در رمان‌های موردبررسی نمود بارزی دارند. در این رمان‌ها مرگ و اضطراب و تنهایی ناشی از آن بسامد بیشتری دارد. تعدادی از شخصیت‌ها می‌میرند. مرگ به‌عنوان یکی از طبیعی‌ترین اتفاقات زندگی بشری، که دلهره‌ی نیستی را القا می‌کند، در هر دو رمان موردتوجه قرار گرفته است. در داستان سالمرگی مفهوم تنهایی، اگزیستانسیالیستی و درونی است و مضمون غالب رمان، مرگ است که بارها در متن و محتوای رمان به‌صورت شهادت، خودکشی، فرزندکشی و سقط‌جنین نمایان شده است. نویسنده در این اثر، باتوجه به دغدغه‌های وجودی امروزی بشر داستانی روانکاوانه خلق نموده و کوشیده است تا درون شخصیت‌های داستانش را واکاوی کند. به بیان دیگر، او قهرمانان داستان را به‌طور مکرر، در لحظه‌ی احتضار قرار می‌دهد تا به‌این بهانه، ذهن، افکار، ترس‌ها و دغدغه‌های وجودی آن‌ها را بیان کند. در رمان، نوعی غربت و تنهایی در هجرت به تصویر کشیده شده است. در داستان آناتومی افسردگی، سفر به‌عنوان یک عنصر مهم در توانمندی شناخت افراد از خودشان بازنمایی

رمان سالمرگی، داستان اضطراب انتخاب‌ها و مواجهه با مرگ است. داستان با ترس از اینکه «ما بمیریم، خاطره‌ها کجا می‌روند؟»، آغاز می‌شود. نگرانی برای حفظ خاطره‌ها نشانه‌ی اضطراب مرگ است. دلیلی برای خواست جاودانگی. راوی داستان، شخصیتی است که بعد از چند دختر، متولد شده. بار همه خواسته‌های خانوادگی مردسالار بر دوش اوست. او شاعر مسلک است به‌همین دلیل پدر، او را قبول ندارد و برای بقای نام و نسلش، روی او حساب باز نمی‌کند. پسر در تمام مدت جوانی این اضطراب را همراه دارد. روزی که پدر می‌خواهد چند کلمه پدرانه با هم گفتگو کنند، یعنی دقیقاً زمانی که حاضر به پذیرفتن رسمی پسرش می‌شود، ناگهان بدون هیچ گفت‌وگویی می‌میرد. راوی حتی موردتأیید پدر لی‌لا هم نیست. پسر در کودکی شاهد مرگ مادرش است. او حتی در خیالش زنی را می‌بیند که جگر مادرش را لای کهنه‌ای سفید می‌دزد. نگهداری و تربیت او و خواهرانش به عهده‌ی خاله می‌افتد. در ذهن مرد، مادر در هیئت زنی زنبیل به دست، که همواره چند قدمی از آن‌ها دور است، خودش را نشان می‌دهد و نشان‌دهنده‌ی وابستگی مرد به مادر و دفاع نجات‌دهنده‌ی غایی در او است. نه تنها پدر و پدرهمسرش که لی‌لا هم در داستان اذعان می‌کند عاشق راوی نیست و زمانی که با او به جدل می‌پردازد او را بی‌عرضه می‌خواند و می‌گوید از اموال آقا جان ارتزاق می‌کند، شلوارک می‌پوشد و تن‌پروری می‌کند (الهی، ۱۳۸۵: ۸۷). او حتی در آخر داستان به دامان دو زن باقی‌مانده‌ی خانواده‌اش، خاله و خانم جان، که هر دو در برابر مرگ سیایش دیوانه شده‌اند، پناه می‌برد تا با گفتگو با آن‌ها و دل‌سیر گریه کردن، بیاید بنشیند و «دلهره‌های همیشگی بشر» (همان، ۲۰) را بنویسد. کمبود محبت پدرانه و مادرانه او را شخصی متزلزل کرده است. حتی خودکشی او به‌خاطر توجه لیلیاست.

لی‌لا در سالمرگی دفاع استثنا دارد. او به هنر پناه (همان، ۸۶) می‌برد و مدام با عمرانی مجادله می‌کند. درنهایت هم به سفر می‌رود. راوی اما از دفاع

است. در این رمان، شخصیت‌ها هرکدام ترفندی برای غلبه بر اضطراب خود به کار می‌برند. برگشت به کشور، استفاده از پول و اسلحه و حالت عاطفی افسردگی برای جلب‌توجه دیگران نمونه‌ای از این ترفندهاست. در سالمرگی، نوشتن، پناه بردن به هنر و انزوا راهکارهای غلبه بر اضطراب است. در هر دو رمان، نوشتن، ویژگی مشترک شخصیت‌هاست و شخصیت‌ها از نوشتن برای برون‌ریزی اضطراب استفاده می‌کنند. در سالمرگی شخصیت اصلی، نویسنده است و در آناتومی افسردگی نمود نوشتن، دفترچه و یادداشت‌های روی یخچال است.

در هر دو رمان توجه به خصایص درونی و روانی انسان موجب می‌شود تا بتوان آن‌ها را با خوانش روان‌شناسانه بررسی کرد و از آنجاکه رمان سالمرگی، تک‌گویی بیشتری دارد، طبیعتاً دغدغه‌ای آگزیستانسیالیستی در آن نمود بیشتری یافته است. باین‌حال نمی‌شود از آناتومی افسردگی به‌راحتی گذشت؛ زیرا هرکدام از سه بخش داستان از دید دانای‌کل به دغدغه‌های وجودی انسان پرداخته است. بدیهی است آشنایی با دغدغه‌های مهم وجودی در خوانش این رمان‌ها به درک بهتر رفتار شخصیت‌های داستانی کمک می‌کند و فرصتی برای درک زندگی در سطح عمیق‌تر را ممکن می‌سازد.

شده است. نکته‌ی دیگر اینکه آزادی در هر رمان، مفهوم متفاوتی را ارائه می‌کند؛ نمود آزادی در رمان سالمرگی به‌شکل شرکت در مبارزات آزادی‌خواهانه، انتخاب برای رفتن یا ماندن در کشور و تصمیم‌گیری برای سقط‌جنین بازنمایی شده است و اضطراب انتخاب و پذیرش مسئولیت آن هم به‌روشنی قابل‌مشاهده است. در رمان آناتومی افسردگی، آزادی انتخاب در افشای نام دوستان مبارز و اندوه این تصمیم، مبارزات سیاسی و سفرهای مکرر نمود یافته است و درنهایت منجر به احساس پوچی در شخصیت اسفندیار می‌شود. همچنین رفتار پری در انتخاب همسر و تصمیم به جدایی از امیر و تصمیم مهران برای کشتن عمو و رها کردن بغض و کینه بعداز دیدن او، نموده‌های دیگری از آزادی انتخاب و مسئولیت ناشی از آن است.

از وجوه اشتراک رمان‌ها اعتقاد شدید به پیش‌گویی، باورهای مذهبی، تعبیرخواب و بدقدمی است که درواقع انعکاسی از مکانیسم‌های دفاعی در برابر ترس و اضطراب ناشی از مرگ است.

در آناتومی افسردگی، که در دهه‌ی نود به چاپ رسیده، رفتار شخصیت‌ها در برابر اضطراب برآمده از دغدغه‌های آگزیستانسیالیستی یافتن معنا و عمل‌گرایی است. اما در رمان دهه‌ی هشتاد، سالمرگی، انزوا و دوری از مردم مضمونی برجسته

## منابع

- آرنت، هانا، (۱۳۹۱). حیات ذهن، جلد اول: تفکر، مترجم: مسعود علیا، تهران: نشر ققنوس.
- احمدی، بابک، (۱۳۸۲). هایدگر و پرسش بنیادین. تهران: مرکز.
- امن‌خانی، عیسی و ساسانی، سمیرا، (۱۳۹۲). نگاهی انتقادی و آسیب‌شناسانه به پژوهش‌های اگزیستانسیالیسم محور در ایران، ادبیات پارسی معاصر، دوره دهم، شماره ۱، پیاپی ۲۸، صص ۶۷ - ۹۲.
- الهی، اصغر، (۱۳۸۵). سالمرگی، تهران: نشر چشمه.
- بابایی، پرویز، (۱۳۸۶). مکتب‌های فلسفی از دوران باستان تا امروز. تهران: نگاه.
- بیکول، سارا، (۱۳۹۲). چطور زندگی کنیم- ترجمه مریم تقدیسی- تهران: ققنوس.
- تدینی، منصوره، (۱۳۹۹). صادق چوبک و دلهره‌های هستی (خوانش رمان سنگ صبور بر مبنای نظریه روانکاوی اگزیستانسیال)، مجله پژوهشی نقد و نظریه ادبی، سال پنجم، دوره اول، صص: ۷-۳۰.
- رشیدیان، عبدالکریم، (۱۳۷۵). هوسرل در متن آثارش. تهران: نشر نی.
- رضایی، مهدی، (۱۳۹۶). آفرینش و مرگ در اساطیر. چ سوم. تهران: اساطیر.
- زاده محمدی، علی، (۱۳۹۷). بررسی تطبیقی روان‌شناسی وحدت مدار و روان‌شناسی وجودی: تقابل دو رویکرد معناگرای فطری‌نگر و پدیدارگرا. دو فصلنامه روان‌شناسی فرهنگی. شماره ۱. صص: ۳۶-۱۵.
- سارتر، ژان پل، (۱۳۸۰). اگزیستانسیالیست و بشر. ترجمه مصطفی رحیمی. چ دهم. تهران: نیلوفر.
- طلوعی، محمد، (۱۳۹۸). آناتومی افسردگی، تهران: نشر افق.
- علی‌زمانی، امیرعباس، (۱۳۹۷). بررسی مواجهه با رنج تنهایی اگزیستانسیال در اندیشه اروین یالوم و رنج عارفانه‌ی فراق در اندیشه مولوی، پژوهش‌های فلسفی و کلامی. سال بیستم. شماره چهارم. شماره پیاپی ۷۸. صص: ۶۹-۹۶.
- عموری، نعیم و ظهیری عرب، (۱۳۹۸). بررسی نموده‌های مکتب اگزیستانسیالیسم در رمان دیدار اثر میخائیل نُعیمه. پژوهش‌نامه‌ی مکتب‌های ادبی، ۳(۶)، ۳۳-۴۸.
- فرانکل، ویکتور، (۱۳۷۲). پزشک و روح. ترجمه‌ی فرخ سیف بهزاد. چ سوم. تهران: درسا.
- فروم، اریک، (۱۳۶۳). گریز از آزادی، مترجم: داوود حسینی. چ اول. تهران: انتشارات گلشائیان.
- گلاس، ویلیام، (۱۳۸۳). نظریه‌ی انتخاب. ترجمه مهرداد فیروز بخت. تهران: رسا.
- عزیزی، میلاد، (۱۳۹۴). بررسی دیدگاه‌های اروین یالوم درباره‌ی ارتباط دغدغه‌های وجودی مرگ‌اندیشی و معنای زندگی. پژوهش‌های هستی‌شناسی. دو فصلنامه علمی-پژوهشی. سال چهارم/ شماره هشت. صص: ۳۷-۱۹.
- محمودی، معصومه، (۱۳۹۷). دلواپسی‌های وجودی در داستان‌های ساعدی. متن‌پژوهی ادبی. سال ۲۲. شماره ۷۸. صص: ۵۰-۳۱.

علی‌پور، صدیقه و ربابه یزدان‌نژاد، (۱۳۹۲)، «زیبایی‌شناسی پدیده‌مفهومی عشق با نگاهی تطبیقی به اشعار شاملو و قبّانی»، نشریه‌ی ادبیات تطبیقی، سال چهارم، شماره‌ی ۸، صص ۲۲۶-۲۰۳.

معتمدی، غلامحسین، (۱۳۷۲). انسان و مرگ، چ اول. تهران: نشر مرکز.

موسوی اعظم، سید مصطفی، (۱۳۹۸). تحلیل اگزیتاسیالیستی شخصیت اول (عمر) رمان الشحاذ اثر نجیب محفوظ. دو فصلنامه علمی نقد ادب معاصر عربی. سال نهم/نوزدهم پیاپی/ ۱۷ علمی. صص: ۲۵۳-۳۲۲.

می، رولو، (۱۳۹۸). هستی، سایر نویسندگان: ارنست انجل، هانری ف.النبرگر مترجم: سپیده حبیب. چ دوم. تهران: نی .

می، رولو، (۱۳۹۹). روان‌شناسی اگزیتانسیال، مترجم: محمدمهدی علی‌نیا. چ اول. تهران: آشیان.

می، رولو، (۱۴۰۰). کشف وجود روان‌شناسی وجودی. مترجم: مهین میلانی. چ چهارم. تهران: دانژه.

میرمرتضوی، و هدیه‌سادات، (۲۰۲۳). تحلیل شخصیت خسرو در رمان شازده احتجاب با تکیه بر نظریه‌ی درمان وجودی اروین یالوم. مطالعات میان‌رشته‌ای هنر و علوم انسانی، ۱۶(۲)، ۱۱-۳۴.

وجدانی، همت، (۱۳۹۵). بررسی تطبیقی مفهوم مرگ در روان‌شناسی وجودی و دیدگاه قرآنی علامه طباطبایی. پژوهشنامه معارف قرآنی. سال ۶. شماره ۲۲. پاییز ۱۳۹۴.

ورنو، روژه. ژان وال، (۱۳۷۲). نگاهی به پدیدارشناسی و فلسفه‌های هست بودن، برگرفته و ترجمه: یحیی مهدوی. چ اول. تهران: خوارزمی.

یالوم، د اروین، (۱۴۰۰). روان‌درمانی اگزیتانسیال، ترجمه سپیده حبیب. چ هفدهم. تهران: نی.

یالوم، د اروین، (۱۳۸۶). هنردرمان نامه‌ای سرگشاده به نسل جدید، روان‌درمانگران و بیمارانشان، مترجم سپیده حبیب با مقدمه کیومرث فرد. چ اول. تهران: کارون.

## References

- Ahmadi, Babak, (۲۰۰۳). Heidegger and the Fundamental Question. Tehran: Markaz.
- Alizamani, Amir Abbas, (۲۰۱۸). Study of Facing the Suffering of Existential Loneliness in the Thought of Ervin Yalom and the Mystical Suffering of Separation in the Thought of Rumi, Philosophical and Theological Research. Year ۲۰. Issue ۴. Consecutive Issue ۷۸. pp. ۹۶-۶۹
- Amankhani, Isa and Sassani, Samira, (۲۰۱۳). A Critical and Pathological Look at Existentialism-Based Research in Iran, Contemporary Persian Literature, Volume ۱۰, Number ۱, Serial ۲۸, pp. ۹۲-۶۷
- Amori, Naeem and Zohri-Arab, (۲۰۱۹). Study of the Manifestations of the School of Existentialism in the Novel "The Meeting" by Mikhail Noaim. Journal of Literary Schools, ۳(۶), -۳۳. ۴۸
- Arendt, Hannah, (۲۰۱۲). The Life of the Mind, Volume One: Thought, Translator: Masoud Olia, Tehran: Qognoos Publishing House.
- Azizi, Milad, (۲۰۱۵). A Study of Ervin Yalom's Views on the Relationship between Existential Concerns of Death Thought and the Meaning of Life. Ontological Research. Two Quarterly Scientific-Research Journals. Year ۴/ Issue ۸. pp. ۳۷-۱۹
- Babaei, Parviz, (۲۰۰۷). Philosophical Schools from Ancient Times to Today. Tehran: Negah.
- Baikul, Sara, (۲۰۱۳). How to Live - Translated by Maryam Taqdisi - Tehran: Qognoos.
- Elahi, Asghar, (۲۰۰۶). Salmargi, Tehran: Cheshmeh Publishing.
- Frankel, Victor, (۱۹۹۳). The Physician and the Soul. Translated by Farrokh Seif Behzad. Vol. ۳. Tehran: Dorsa
- Fromm, Eric, (۱۹۸۴). Escape from Freedom, Translated by Davoud Hosseini. Vol. ۱. Tehran: Golshaian Publications.
- Glasser, William, (۱۹۸۴). Theory of Choice. Translated by Mehrdad Firouz Bakht. Tehran: Rasa.
- Mahmoudi, Masoumeh, (۲۰۱۸). Existential Concerns in Saedi's Stories. Literary Text Studies. Year ۲۲. Issue ۷۸. pp. ۵۰-۳۱
- May, Rollo, (۲۰۱۹). Existence, Other Authors: Ernst Engel, Henry F. Ellenberger Translated by: Sepideh Habib. Part ۲. Tehran: Ni.
- May, Rouleau, (۲۰۱۰). Existential Psychology, translated by Mohammad Mehdi Alinia. Vol. ۱. Tehran: Ashian.
- May, Rouleau, (۲۰۱۱). Discovering the Existence of Existential Psychology. Translated by Mahin Milani. Vol. ۴. Tehran: Danjeh.
- Mirmortazavi, and Hedieh Sadat, (۲۰۲۳). Analysis of the Character of

- Khosrow in the Novel Prince of the Conqueror Based on Erwin Yalom's Existential Therapy Theory. Inter-disciplinary Studies in Arts and Humanities, ۱۶(۲), ۳۴-۱۱
- Motamadi, Gholamhossein, (۱۹۹۳). Man and Death, Part ۱. Tehran: Markaz Publishing House.
- Mousavi Azam, Seyyed Mustafa, (۲۰۱۹). An Existentialist Analysis of the First Person (Omar) of the Novel "Al-Shahz" by Najib Mahfouz. Two Quarterly Scientific Journals of Contemporary Arabic Literature Criticism. ۹th Year/۱۹th Consecutive/ ۱۷Scientific. pp. ۳۲۲-۲۵۳
- Rashidian, Abdolkarim, (۱۹۹۶). Husserl in the Text of His Works. Tehran: Nay Publishing.
- Rezaei, Mehdi, (۲۰۱۷). Creation and Death in Mythology. Part ۳. Tehran: Mythology.
- Sartre, Jean-Paul, (۲۰۰۱). Existentialism and Man. Translated by Mostafa Rahimi. ۱۰th ed. Tehran: Niloufar.
- Tedini, Mansooreh, (۲۰۱۹). Sadegh Chobak and the Anxieties of Existence (Reading the Novel Sang Sabur Based on the Theory of Existential Psychoanalysis), Research Journal of Literary Criticism and Theory, Year ۵, Volume ۱, pp. ۳۰-۷
- Toloei, Mohammad, (۲۰۱۹), Anatomy of Depression, Tehran: Ofogh Publishing.
- Vernoux, Roger. Jean Vallée, (۲۰۱۳). A Look at Phenomenology and Philosophies of Being, adapted and translated by Yahya Mahdavi. Vol. ۱. Tehran: Kharazmi.
- Valtonen J. (۲۰۲۱). The Health Benefits of Autobiographical Writing: An Inter-disciplinary Perspective. J Med Humanit. ۴۲(۴):۱۹-۱. pp: ۷۲۳-۷۰۵, doi: ۱۰.۱۰۰۷/s.۹-۰۹۶۳۱-۰۲۰-۱۰۹۱۲
- Vojdani, Hemmat, (۲۰۱۶). A Comparative Study of the Concept of Death in Existential Psychology and the Quranic Perspective of Allameh Tabatabaei. Journal of Quranic Studies. Year ۶. Issue ۲۲. Fall. ۲۰۱۵
- Yalom, D. Erwin, (۱۳۸۶). Art Therapy: An Open Letter to the New Generation, Psychotherapists and Their Patients, translated by Sepideh Habib with an Introduction by Kiyomars Fard. Vol. ۱. Tehran: Karun.
- Yalom, D. Erwin, (۱۴۰۰). Existential Psychotherapy, translated by Sepideh Habib. Vol. ۱۷. Tehran: Ni.
- Zadeh Mohammadi, Ali, (۲۰۱۸). A Comparative Study of Unity-Oriented Psychology and Existential Psychology: The Contrast of Two Semantic Approaches, Innate and Phenomenological. Two Quarterly Journals of Cultural Psychology. Issue ۱. pp. ۱۵-۳۶